

## Trecho extraído de “*A Spacious Path to Freedom*”, de Karma Chagme

---

...

Portanto, são incalculáveis os benefícios do engajamento nessa prática. O ideal seria se tornar um buda em uma única vida, em um corpo, ou então se tornar um buda como Darmakaya, no momento da morte, quando a respiração externa cessar. O caso intermediário seria se lembrar do significado da unificação dos estágios de geração e completude na meditação no momento em que corpo e mente se separam; o resultado, então, é se tornar um buda no estado intermediário, como Sambogakaya, indivisível da deidade escolhida pelo praticante. Se diz que existem vinte e uma maneiras de alcançar o resultado do estado de buda, que correspondem às faculdades específicas de cada indivíduo. A última oportunidade é chamada de “repousar em um reino puro de *Nirmāṇakāya* [505]”. Se diz que fazendo preces para nascer no reino de um buda, você renascerá lá. A esse respeito, Machik Lapdrön diz:

À exceção de *Sukhāvātī*, não se pode nascer em reinos puros supremos sem ter atingido o oitavo *bhūmi* [do caminho dos *Bodhisattvas*]. Para os reinos puros medianos, deve-se ter alcançado pelo menos o caminho da meditação no qual os obscurecimentos aflitivos sutis foram eliminados; sem isso, esse renascimento não será possível. Para as cinco moradas pristinas, como *Akaṅkṣṭha* e *Aṭakāvātī*, é preciso que o praticante tenha atingido o “caminho da visão”<sup>1</sup>, no qual a verdade da realidade última é vista depois que as raízes da fixação ao eu tiverem sido cortadas; sem isso, não é possível renascer lá também. No entanto, [mesmo] sem ter alcançado o “caminho da visão”, se o praticante não tiver cometido nenhuma infração leve dos *samayas* e dos votos e tiver se aplicado a preces e à virtude, é possível renascer num reino pequeno chamado *Tuṣita*, mas é difícil. Portanto, não existe esperança de renascer em um reino de buda para um indivíduo com aflições mentais.

No entanto, o próprio Protetor *Amitābha* prometeu que o praticante pode renascer em sua Terra Pura pelo poder de suas preces [das preces de *Amitābha*]. Portanto, você deve se esforçar com corpo, fala e mente, fazendo preces para renascer no reino de *Sukhāvātī*. Livre-se da dúvida, da incerteza e da preguiça espiritual, com grande certeza e entusiasmo, traga à mente o esplendor e os benefícios do reino de *Sukhāvati* e reze. *Sukhāvātī* é superior aos reinos de outros budas, das seguintes maneiras: é grandioso porque é acessível para indivíduos comuns com aflições mentais. E se você renascer lá, tudo o que você deseja se realiza assim que esse desejo surgir na sua mente, você não é maculado nem

---

<sup>1</sup> Os cinco caminhos do bodisatva são: (1) Acumulação, (2) Preparação, (3) Visão (1º *bhūmi*), (4) Meditação (2º ao 7º *bhūmis*) e (5) Caminho do Não Mais Aprender (8º ao 10º *bhūmis*)

mesmo por aflições mentais sutis, e de lá, poderá ir para qualquer outra terra pura de buda. Portanto, é superior. Sukhāvātī proporciona benefícios inconcebíveis, incluindo o atingimento do estado de buda mais rapidamente do que em qualquer outra Terra Pura. Não existe nenhum outro reino que se compare a Sukhāvātī, portanto é extremamente importante que nós nos esforcemos e rezemos para renascer lá.

...

Portanto, seja qual for a virtude que realizar, faça com a excelente intenção da bodhicitta e pense: “Eu vou realizar essa virtude para o benefício de todos os seres sencientes”. Durante a prática principal, tenha em mente a dificuldade de atingir uma vida humana de tempo livre e oportunidades, a morte e a impermanência, as ações causais e suas consequências, e os problemas da existência cíclica. Durante cada sessão, foque em tomar refúgio, bodhicitta, Vajrasattva, oferenda da maṇḍala e guruyoga.

Então, imagine-se a si mesmo como Avalokiteśvara, e visualize-o no topo da sua cabeça a forma de Amitābha, como a corporificação de todos os mentores espirituais. [510] Imagine que todos os mentores se dissolvem em Amitābha, que se torna a corporificação de todos eles. Imagine-se convidando todas as deidades, que se dissolvem em você, e que você se torna a corporificação de todos eles. Em seu coração, imagine a sílaba Hṛī circundada no sentido horário pelas seis sílabas sobre um disco de lua, que é a síntese de todos os mantras secretos, mantras de conhecimento e mantras de encantamento. Essas são instruções práticas profundas para realizar todas as deidades por meio de uma única deidade.

Imagine raios de luz emanando de seu coração, transformando o universo físico no reino puro de Sukhāvātī e transformando todos os seres sencientes na forma de Avalokiteśvara. Isso é transformar as aparências em corporificações divinas. Imagine que os líderes de entoação se erguem e todos eles cantam as seis sílabas. Isso é transformar todos os sons em fala divina. Portanto, esse é um ensinamento que faz com que muitos milhões de centenas [de mantras sejam recitados] em um instante. Quaisquer pensamentos, sejam bons ou ruins, que surgirem na sua mente, observe sua natureza sem rejeitá-los ou afirmá-los, e então, deixe que sua mente repouse sem qualquer modificação. Isso é transformar os pensamentos na mente divina, e essa é a prática do Mahāmudrā [511] e do atravessar da Atiyoga. Sem adicionar coisa alguma a essas três dimensões, isso compreende a prática suprema da união dos estágios da geração e completude. No mínimo, você nunca deveria nunca se afastar desses três.

...

Ao se preparar para dormir, reze: **“Pelo mérito de qualquer ação virtuosa que tenha realizado hoje, possam todos os seres sencientes alcançar o estado de buda. Com esse propósito, devo manifestar-me como buda; e para atingir esse estado de buda rapidamente, sem interferência, assim que eu partir desta vida, que eu possa renascer no reino puro de Sukhāvātī.”** Se souber, recite uma prece de dedicação para renascer em Sukhāvātī, a Prece de Sukhāvātī ou a Prece das Atividades de

Samantabhadra. Se não conhecer nenhuma dessas, é suficiente dizer: **“Que eu possa renascer em Sukhāvātī”**.

Esteja absolutamente certo de que renascerá em Sukhāvātī quando morrer. A certeza de renascer no reino de Sukhāvātī, com exceção das situações de ter cometido qualquer um dos cinco crimes de retribuição imediata ou de ter abandonado o Darma, se deve ao poder das preces do buda. Matar o pai, a mãe, matar o mentor espiritual principal ou o mestre Vajra, e um Ārya Arhat, ou tentar matar um buda são crimes de retribuição imediata. Ninguém fez nenhuma dessas coisas, não é? Se você abandonar o Darma, você não renascerá em Sukhāvātī, mas você não abandonou o Darma e faz rodo o possível para praticá-lo. É errado duvidar de renascer em Sukhāvātī ou não. Se diz que, se você duvidar, ainda que você renasça naquele reino puro, a flor em que você renascer ficará fechada por muito tempo, o que atrasa seu encontro com o buda. Portanto, não duvide de que renascerá em Sukhāvātī.

Qual é o benefício de renascer em Sukhāvātī? Não existe sofrimento quando se renasce nesse reino, pois seu corpo instantaneamente se transforma no corpo milagroso no centro de uma flor. Qualquer ser, sem exceção, que renasce lá, têm um corpo de cor dourada adornado com os sinais e símbolos da iluminação [513] e possui incalculáveis habilidades de percepção extra-sensorial e paranormais. Nesse reino você nunca nem ouve falar dos sofrimentos, de doenças, espíritos maldosos, inimigos, fome e assim por diante. Qualquer um que renasce lá, está livre dos cinco venenos do apego, ódio, delusão, orgulho e inveja. A duração de éon em nosso mundo é equivalente a um dia no reino de Sukhāvātī, e até mesmo em quadrilhões desses anos não há morte, não há doença e nem envelhecimento. O que quer que você deseje, em termos de comida, vestimenta, prazeres e coisas para oferecer ao buda, surge espontaneamente no momento que você pensa nelas. Não existe nenhuma necessidade de adquiri-las com esforço, ou de preservá-las ou de ganhar a vida. Sem nenhuma necessidade de experienciar o sofrimento do amadurecimento das suas falhas e obscurecimentos passados, eles são purificados quando você se encontra com Amitābha, faz prostrações, circumambulações e oferendas, e escuta o Darma. Devido aos poderes paranormais desimpedidos e percepção extra-sensorial, você pode ir a qualquer terra pura de qualquer buda, encontrar os budas, ouvir o Darma [514] e, com essas conexões, servir de guia para os seres sencientes. À noite não há nada que obstrua seu poder paranormal de voltar para Sukhāvātī.

Nesse estado de enorme alegria e felicidade, você pode ouvir o Darma de um buda, fazer oferendas, e exercitando o poder do samādhi por incontáveis eons, você atinge os dez graus e os cinco caminhos da tradição Sūtra, os treze níveis de Vajradhara da tradição mantra, e os dezesseis níveis da sabedoria primordial suprema da tradição Atiyoga. Se diz que, finalmente, assim que você morre nessa vida, você se torna um buda, com seu corpo, fala e mente indivisíveis de todos os budas. Portanto, tendo recebido este ensinamento, ainda que você não se lembre das palavras, se mantiver na mente os significados principais e praticar com entusiasmo, não há dúvida de que você renascerá em Sukhāvātī. Os sutras, tantras e os ensinamentos de Orgyen são testemunho disso.